

認知症サポーター養成講座

本宮市では、認知症について正しく理解して、認知症の人やその家族を温かく見守り、支援する「認知症サポーター養成講座」を開催しています。認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けられるための活動の一つです。地区の集まりや、各種団体の学習会、友人との小さな勉強会、職場や学校など…年齢や立場に関わらず、どなたでも受講できます。

出前講座形式で行いますので是非ご相談ください。

認知症サポーター養成講座概要

- 講師** : キャラバンメイト(所定の研修を受けた介護従事者や介護経験者など)
- 内容** : 認知症の症状、認知症の人や家族への対応方法について
- 費用** : 無料



子供向け講座

劇を入れてわかりやすく説明いたします



企業向け講座

実際の現場をイメージした講座を行います

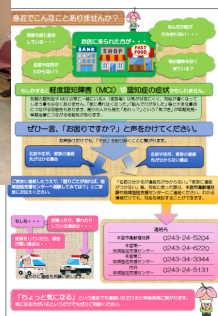


地域の方向け講座

集まりやすい場所で地域の方たち

他にも・・・

認知症サポーター講座だけではなく、企業様へ出向き実際の現場を利用した講座も開催しています。事前に企業様へ困りごとなどを確認し、対応法等をアドバイスさせていただきますこともできます



過去にサポーター養成講座を受講した方向けに独自の資料を使用した「振り返り講座」を行っています。予防のポイントや認知症に優しい地域作りなどについて説明させていただきます



詳しくは最寄りの地域包括支援センターまで、ご相談ください。

脳の健康度検査（ファイブ・コグ検査）

ファイブ・コグ検査は映像と音声で行う認知機能検査で、自分自身の「脳の健康状態」を知ることができます。

※認知症の診断をするものではありません。

検査のあとは、いつまでも元気に過ごすためのワンポイントを学べる介護予防教室（転倒予防・栄養講座・口腔ケア）も開催します。

検査の概要

- 開催** : 年2回を予定しています。1回の検査は2日に分けて開催いたします。詳しい開催時期などは市の広報紙等でお知らせいたします。
- 費用** : 無料

検査の流れ

※検査当日と結果説明、2日に分けて行います。

1日目



-ファイブ・コグ検査-

動画を視聴しながら、検査を受講します。記憶力や言語力等の簡単なチェックを行います。



-転倒予防教室-

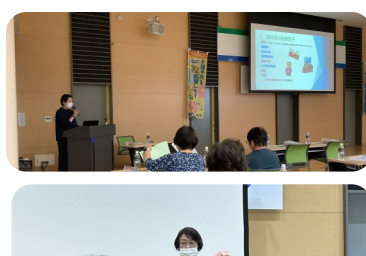
ストレッチや筋力運動を行い、日ごろ使わない筋肉をほぐし、転倒予防につながる運動方法を学びます。

2日目



-検査結果説明-

検査結果の見方について説明し、結果は個別にお渡しいたします。



-口腔・栄養講座-

健康な生活を送るために、お口の健康や栄養に関する講座を行います。

他にも・・・

同時開催として、地域包括支援センターでの相談コーナーを設けています。検査結果についての個別のご相談や日頃の生活での困りごとなど、様々なご相談をお受けいたします。



詳しくは最寄りの地域包括支援センターまで、ご相談ください。

いきいき百歳体操

本宮市では、日々の健康のために「いきいき百歳体操」に取り組むグループを応援しています。「いきいき百歳体操」とは、映像を見ながら椅子に座ってゆっくり手足を動かす、重りを使った体操です。簡単な動作で筋力の維持や転倒の予防に繋がる体操に皆さんも取り組んでみませんか？

活動前の準備

- ① : 一緒に活動する仲間を探しましょう。3名以上での活動が望ましいです。
- ② : 活動に必要な、「椅子」と「DVD視聴機材」を準備しましょう。
- ③ : 地域包括支援センターへ活動したいことを電話しましょう。

活動の流れ

※以下の活動は地域包括支援センターがスムーズに活動できるまで一緒に活動します。

- 1週目 : いきいき百歳体操の内容説明と体験会を行います。
 - 2週目 : 活動前に体力測定会を開催します。機器の使用方法について説明します。
 - 3週目 : 担当職員が説明をしながら実際に体操を行います。
 - 4週目 : 以降は活動される方々で実際に行っていただきます。
- 3か月目 : 体力測定会を開催し、体操の効果を確認します。
- 定期的 : 定期的に体力測定会を行い、効果の確認をします。

地域のサロン以外でも、個人宅などでも実施可能です。

他の活動と合わせて行う等、是非興味のある方はご相談ください。



元気に参加されている方や長年活動されている団体への表彰も行います♪

認知症講演会

本宮市では、毎年、秋～冬頃に全市民を対象とした認知症講演会を開催しています。内容は、テーマは「認知症」ですが、その年度によって毎回異なる講師と内容を検討しています。

「認知症予防」に関する講演や、「地域における支え合い」、他市町村における先進事例の報告など、内容はさまざまです。

参加された方からは、「認知症について理解が深まってよかった」「また聞きたい」「もっと多くの人に参加してもらいたい内容でした」などの感想をいただいております。



会場は、えぽかの健康増進広場で開催することが多いです。開催日や時間は、全戸配布となるチラシにてお知らせします。

事務局は、本宮市高齢福祉課、本宮市内の地域包括支援センター、そして、本宮市内の地域密着型介護保険事業所の職員による「認知症ケア連絡協議会」のメンバーで構成されています。



コロナ禍を経て定員50名で開催しています。多くの方にご参加いただいております。

会場では本宮市内の地域密着型介護保険事業所の紹介を展示しました。



世界アルツハイマー月間（認知症月間）

1994年「国際アルツハイマー病協会」（ADI）は、世界保健機関（WHO）と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓蒙を実施しています。また9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、様々な取り組みを行っています。

日本では令和5年6月に「認知症基本法」が成立し、令和6年1月1日から施行されました。そこで、毎年9月21日は「認知症の日」、9月は「認知症月間」と制定されました。

本宮市でも9月を中心に認知症の正しい理解が広がり、認知症になっても安心して暮らせる地域をめざした活動を行っています。

テーマカラーはオレンジ色

本宮市では、みずいろ公園の滝のライトアップやオレンジ色のマリーゴールドの植栽、図書館や公民館での展示やアンケートなど、認知症について考え、支援の輪が広がるための取り組みを毎年行っています。



令和4年度～ みずいろ公園の滝ライトアップ
9月1日～30日まで期間限定
オレンジ色のテーマカラー

のぼりも作りました！



本宮市中央公民館や夢図書館での展示コーナー
認知症関連図書の貸出もしています



令和5年度には、認知症介護家族の会「なごみ会」のみなさんに
アイデアとご協力をいただき、オレンジ色のマリーゴールドの植栽を
行いました

2024年スローガン

共に生き ともに歩もう 認知症

これからもさまざまな取り組みを行います！

ここで紹介したのはほんの一部です。詳しくは高齢福祉課
や地域包括支援センターにお問い合わせください。



本宮市高齢者福祉サービス

本宮市では、65歳以上の高齢者や、ご家族への様々な支援を行っています。誰もが暮らしやすさを損なうことなく生活が続けられるよう必要に応じてご利用ください。

高齢者住宅改修支援事業（市独自）

対象者：65歳以上で介護保険の要介護認定を受けていない方の世帯

市内の施工業者を利用し下記の工事を行った際、費用の一部を助成します。

- 手すりの取り付け
- 段差の解消
- 滑りの防止などのための床や通路面の材料の変更
- 引き戸などへの扉の取り替え
- 洋式便器などへの変更
- その他上記の改修に伴い必要となる工事 等



寝具洗濯乾燥消毒サービス事業

対象者：65歳以上の一人暮らしの方、高齢者世帯であって世帯全員が要介護1以上の高齢者又は要介護4・5の高齢者
年1回、寝具類の丸洗い乾燥をします。



要介護高齢者訪問理髪料助成事業

対象者：要介護4・5の高齢者を介護する家族介護を受けている高齢者の出張理容にかかる出張料の助成を行います。（1回1,500円分利用券を年4回支給）



高齢者生きがいデイサービス事業

対象者：65歳以上で要介護認定を受けていない方
健康チェックやレクリエーションなどの活動を提供いたします。

利用料金：1回500円
送迎利用：+300円



緊急通報システム運用事業

対象者：65歳以上の一人暮らしの方等
電話対応型の緊急通報システムを貸与します。



在宅高齢者家族介護用品支給事業

対象者：要介護4・5の高齢者を介護する家族
紙おむつ、尿取りパットなどの介護用品を購入する場合に助成します。（1ヵ月3,000円分の給付券）



緊急医療情報キット給付事業

対象者：65歳以上の一人暮らし高齢者や高齢者世帯
かかりつけ医療機関や持病などの情報を保管する容器を給付します。



在宅高齢者介護手当支給事業

対象者：要介護4・5の在宅者を常時介護する家族
月額3,000円を支給します。



介護マーク

対象者：要支援・要介護認定者（在宅・入所問わず）を介護する方
「介護中」であることを周囲に示す「介護マーク」を配布しています。



本宮市認知症関連事業のご案内

本宮市では、認知症のご本人や、ご家族への様々な支援を行っています。誰もが暮らしやすさを損なうことなく生活が続けられるよう必要に応じてご利用ください。

認知症高齢者QRコード活用見守り事業

高齢者が家に戻れず発見された際に、早期に身元を判明させるための、QRコードシールを交付します。

身につける物等に、シールをあらかじめ貼り付けておくと、QRコードを読み取った方がコールセンターへ知らせることで身元が分かり、親族など事前に登録された方へ連絡が行きます。

シール代や利用料金はかかりません。



徘徊高齢者家族支援事業

高齢者の行方が分からなくなった際に、居場所を探しやすくするための、位置情報端末機（GPS）を貸し出します。

普段から高齢者がGPSを身につけておくことで、姿が見えなくなっても、インターネットや電話により高齢者がいる位置を確認し、早期に保護することができます。

毎月の基本料金、位置情報提供費用、2つ目以降のバッテリー代は自己負担です。

